



Mf

# Magnesium Gel

[www.magnesium-forever.nl](http://www.magnesium-forever.nl)



# Magnesium Gel

(Transdermale toepassing, wordt direct door de huid opgenomen)

**Magnesium Gel** bevat een hoge concentratie (30%) magnesiumchloride. Verder bestaat de gel uit water en natrosol (een verdikkingsmiddel afgeleid van cellulose).

**Magnesium Gel** zuivert, hydrateert en bevordert het herstel van de huid. De gel is ook zeer geschikt om de magnesiumbalans in het lichaam te onderhouden. Dit kan door middel van pakkingen.

## **Toepassing deelpakking:**

Denk bijvoorbeeld aan een voetpakking tegen klachten als kuitkramp en rusteloze benen. Breng de gel aan in de holletjes van de voeten, wikkel er plastic folie omheen (afscheurfolie verkrijgbaar bij de therapeut of in de webshop van Magnesium Forever, maar gewone huishoudfolie is ook prima) en daarna een warme doek (of trek dikke sokken aan). Laat 15 minuten zitten. Verwijder de overtollige gel met een natte, warme doek.

Ook nek/schouderklachten (zie flyer 'Nek/schouder warmtedeken') en klachten aan knie- of andere gewrichten kunnen worden verlicht met een pakking.

Een deelpakking is goed thuis uit te voeren.

## **Toepassing totaalpakking:**

Dit is een aanrader bij een algeheel magnesiumtekort. Deze pakking wordt in de praktijk van de therapeut gegeven. Het hele lichaam wordt ingesmeerd met de gel, ingewikkeld met plastic folie en daarna afgedekt onder een infrarooddeken. Vraag uw therapeut meer informatie hierover.

Hij of zij zal vóór het geven van deze pakking vragen naar uw lichamelijke conditie. De infrarooddeken wordt namelijk 42 graden. Heeft u een hoge bloeddruk, dan wordt de temperatuur ingesteld op 38/39 graden.

## **Massages:**

Magnesium Gel is ook goed in te zetten bij massages, en dan met name bij strakke, pijnlijke spieren.

Dit werkt heel fijn in combinatie met Magnesium Souplesse van Magnesium Forever (zie flyer 'Magnesium Souplesse').

De gel is verkrijgbaar in 100 ml, 500 ml en 1000 ml.



Infrarooddeken  
totaalpakking

Vraag uw  
therapeut  
advies over de  
juiste dosering  
en inname.